

第 111 回 いきいきサロン

中井町内会いきいきサロン担当／大森 武生

日 時 平成 28 年 8 月 10 日（水） 13：00～15：00

場 所 中井公会堂

1 見守り新鮮情報／情報収集・門脇正彦

*258 号 ポイントカードのつもりがクレジットカードの申し込み

特典が付くからと熱心に勧められ店員に代わりに記入してもらったが年会費の請求が届いた。

一言アドバイス／クレジットカード機能付きのポイントカードは特典が優遇される反面年会費が必要になる場合が多いので、ご注意。

*259 号 コインパーキングの料金表示はしっかり確認を

コインパーキングで 1 日最大 800 円、24 時間最大 800 円などの表示されていた。
3 日間駐車したら 7200 円請求されびっくりしたが、支払わないと出せないで支払った。
翌日抗議したところ「初日のみ 800 円、次の日から高くなるとのこと」でした。

一言アドバイス／出入り口付近や精算機付近などに書いてある詳細条件に目を通しましょう。

岡山消費生活センター 086-803-1109 局番なし 188

2.知ってますか、薬局がかわった／めばえ薬局・白重俊介先生

*みなさまの健康維持、健康年齢の引き上げを目標とします。

*家族の相談、ご自身の悩み、なんでも相談を受けます。

*病気、オクスリ、サプリ、健康食品、介護など。

分からないことは調べて、お伝えします。

*健康教室開催します、2 人以上で実施します。相談して下さい。

*子供の病気、大人の病気、婦人の病気、癌、食育、健康づくり

生活習慣病、アレルギー疾患、漢方の話、四季の病気など、なんでも OK。

－ 暑い夏に、ご注意 ！ －

冷えたビールがうまい
冷蔵庫のアイス・ジュースが最高
食欲ありますか？おなか大丈夫ですか

からだや、おなかを冷やすと「免疫力」低下し病気になりやすくなります。

疲れ・だるさ・また食あたりに警戒！
胃が弱ってくるといろんな症状が出て来ます。
消化の良い、暖かい食事を心がけましょう、健康に効果的です。

3.岡山市地域包括支援センター高島分室／社会福祉士 末繁光司

認知症、サポーター養成講座の案内
オレンジカフェ第一（月）、第四（金）開催中 旭竜コミニTEE

－ 特殊詐欺の電話が高島地区にも掛かっているようです。注意すること －

4.ぬりえ大会／地域の三世代交流

子供会、父兄会、いきいきサロン（高齢者）の三世代が集まり「塗り絵大会」開催しました。
一つの作品を仕上げるのに休憩なしの2時間の挑戦にビックリしました。素晴らしい塗り絵ばかりです、中井公会堂に展示しています。一度見に行ってください。



三世代で「塗り絵」を頑張る、高齢者と子ども達。



塗り絵の原画／美しい絵画に変身して行きました。



塗り上がった見事な作品。公会堂に展示してあります。

5.お楽しみ抽選会／今日も参加者一同で楽しみました！

6.出席者／大森満寿子、光子、山崎清子、松田千津子、青井幸子、田中節子、中西啓次、樋口政恵、末繁光司、二宮（こども2人）上岡（子ども1人）白重俊介、門脇正彦、山中国之、17名